

面對 COVID-19 的新思維

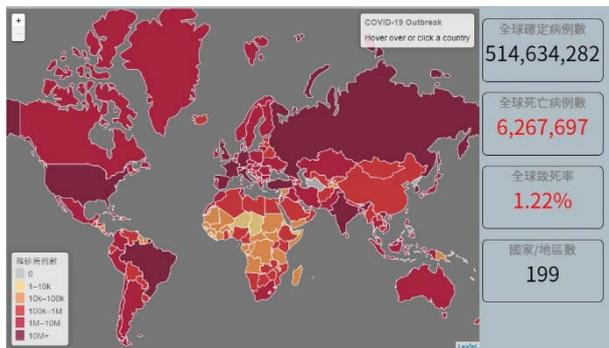
環安衛中心衛生保健組 李明吉 撰文/江孟芳編制

一、前言

近期 COVID-19 個案大幅增加，對疫情的徬徨與焦慮也隨之提高。有的人呼籲應立即提升至去年的三級警戒，減少傷亡。也有人提倡勇敢和病毒共存，以接軌國際。在今年國內這一波疫情，究竟和去年有何不同？請與我們一起來探討。

二、後 Omicron 時代重症率已下降許多

COVID-19 疫情剛出現之時，死亡率大約落在 5% 左右，加上高傳染力，成為各國聞之色變的傳染病。而後出現的一些變種株，如 Alpha、Delta 等乃至 Omicron 與其變種，逐一取代前者成為主流的病毒株。隨著人為的各種介入及病毒的變異，可看到現今 COVID-19 總致死率已下降約至 1% [1]，如(圖一)。



(圖一)

若由疾管署的資料[1]，如(表一)，可發現和去年三級疫情時死亡率約 5% 相比，今年四月個案數雖然大增，但死亡率仍不到 0.1%，兩者有極大差距。且綜觀近日的新聞，今(2022)年的 COVID-19 輕症/無症狀比例，佔總確診人數約 99%。

這些都意味著，在同樣個案數的情況下，我們不應再以過去的眼光與態度面對這個傳染病。

三、疫苗的施打可降低重症率

雖然在 Omicron 病毒與其變種出現之後，科學家發現疫苗防止感染的效果已變差，但仍保有降低重症的效果。在去年三級疫情剛起之時，許多民眾仍未施打疫苗，這也是另一點和去年不同之處。然而，目前國內長者疫苗施打率欠佳，以 75 歲以上長者為

例，施打 2 劑疫苗的比例仍未達八成，是國內疫情的隱憂[2]。因此，身邊若有長者未施打疫苗者，請鼓勵接種疫苗，保護自己、也保護家人。

台灣 COVID-19 本土病例及境外移入病例 (2021 年 4 月~2022 年 4 月)			
發病年月	確定病例數	死亡病例數	死亡率(%)
202104	108	4	3.7
202105	8927	592	6.63
202106	4872	228	4.68
202107	779	9	1.16
202108	316	5	1.58
202109	210	1	0.48
202110	167	0	0
202111	206	0	0
202112	490	1	0.2
202201	1813	2	0.11
202202	1661	0	0
202203	3172	0	0
202204	120311	45	0.04

(表一)

四、『清零』無法是長遠的目標

自疫情以來，台灣是少數可達清零的國家之一。過往也一直靠嚴守國門作為防疫的主要手段。然而，境外移入個案無法斷絕，同時許多國家也開始轉往與病毒共存之路。事實上，回顧疫情初期，就有專家指出面對可能流感化的 SARS-CoV-2，我們的防疫目標應改為降低重症與死亡率[3]。

五、共存已不是選項，我們個人能做些什麼？

如同前面所說，病毒將持續生存在人群之中，而防疫的角色也將逐漸從國家、組織轉換到個人。在本土案例持續上升之時，我們仍可做好戴口罩與勤洗手等個人衛生，這些都是科學上證實可減少感染的措施。面對案例數大幅的增加，公衛端疫調的戰場也逐漸轉向醫療端，我們也應配合輕、重症的分流，讓醫療資源能夠獲得較妥善的分配。

另外，保持心理的健康也很重要。雖然疫情下大家的生活壓力都較平日更大，但面對問題仍應持正向的態度，不過度恐慌、不互相指責，如同筆者先前投書中提出的，疫情拉開了人和人的物理距離，但人心未必要有更深的隔閡。現實的社會中，人心仍可以很溫柔[4]。每個人扮演好自己的角色，相信與病毒共存之路，大家能一同走得更平順。

六、參考資料

1. 圖一、表一，參考自疾管署網站(2022.5.10 資料)：
<https://www.cdc.gov.tw/>
2. 參考自 COVID-19 全球疫情地圖 (更新至 2022.5.9 止)：
https://covid-19.nchc.org.tw/dt_002-csse_covid_19_daily_reports_vaccine_city2.php
3. 郭旭崧〈圍堵過後〉，取自中時新聞網 (2020.02.25)：

<https://www.chinatimes.com/opinion/20200225005145-262105?chdtv>

4. 李明吉〈關懷，是疫情的重要藥方〉，取自蘋果新聞網 (2021.01.24)：

<https://tw.appledaily.com/forum/20210125/MWWWXXHAJVHUTOVVGXO325RVGFE/>

5. 圖二，參考網址：

<https://www.google.com.tw/url?sa=i&url=http%3A%2F%2Fwww.healthyd.com%2Farticles%2Fexpert-blog%2F%25E6%2583%2585%25E7%25B7%2592%25E5%2581%25A5%25E5%25BA%25B7-%25E5%25A4%25A9%25E7%2584%25B6%25E6%25A4%258D%25E7%2589%25A9-%25E8%25BA%25AB%25E5%25BF%2583%25E9%259D%2588%25E5%2581%25A5%25E5%25BA%25B7&psig=AOvVaw0FVuP1hF0xriz-SgAbm31F&ust=1652335515246000&source=images&cd=vfe&ved=0CAwQjRxxqFwoTCIjx93j1vcCFQAAAAAdAAABAI>



(圖二)